Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

中性粒细胞减少症（白细胞计数降低）

本信息介绍了什么是中性粒细胞减少症（白细胞计数降低），以及如何在您罹患中性粒细胞减少症后预防感染的发生。

关于中性粒细胞减少症

中性粒细胞减少症是一种血液中中性粒细胞（一种白细胞）数量低于正常的疾病。 如果中性粒细胞水平低于 500 个细胞/mm3，则认为中性粒细胞水平较低。 在某些类型的癌症治疗后，常会发生中性粒细胞减少症。

中性粒细胞帮助您的身体抵抗感染。 当您患有中性粒细胞减少症时，您发生感染的风险会增加。 发热达 100.4 °F (38.0 °C) 或更高，通常是感染的首发体征。 为了预防感染，您必须遵循本资源中的指导说明，直至您的中性粒细胞计数恢复正常。

请注意观察您是否出现本资源中列出的任何感染迹象。 如果您出现任何感染体征或症状，请联系您的医疗保健提供者。 确保按照您的医疗保健提供者的指示，经口腔（嘴巴）测量您的体温。 如果您的体温达到 100.4 °F (38 °C) 或更高，请联系您的医疗保健提供者。

良好卫生习惯

如果您患有中性粒细胞减少症，保持良好的卫生习惯非常重要。 请遵循本节中的指南。 有关手部卫生的更多信息，请阅读*手部卫生和感染预防* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/hand-hygiene-preventing-infection)

- 每天保持皮肤滋润，防止皮肤干燥或开裂。
- 使用抗菌肥皂洗手。 这种类型的肥皂能够更有效地杀死细菌。
  - 洗手时，先用温水湿润双手，然后用肥皂揉搓双手至少 20-30 秒。 用温热的流动自来水冲洗双手。 用干净的纸巾擦干双手。
- 在与他人握手后和与幼儿接触后，使用含酒精的洗手液（如 Purell®）清洁双手。

    - 使用含酒精的洗手液时，将洗手液涂满双手，并一起揉搓，直至 20-30 秒。
- 接触多人接触过的表面后，请使用含酒精的洗手液或抗菌肥皂洗手，包括：
    - ATM（自动取款机）。
    - 门把手。
    - 电话。
    - 电梯按钮。
    - 电脑键盘。
    - 呼叫铃
- 如果您置有 IV 或中央静脉导管，请保持患处干净且干燥。 如果该部位附近出现发红、肿胀、发热、疼痛或渗液，请告知医疗保健提供者。
- 每餐后刷牙。 使用超软牙刷刷牙。 更多信息，请阅读*同种异体干细胞移植：患者和照护者指南*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/allogeneic-stem-cell-transplantation)中的“口腔护理”部分。

如何预防感染

以下是一些可以帮您预防感染的方法：

- 避免接待感冒或最近患有感染的访客。
- 外出到公共场所、乘坐公共交通或在拥挤区域时，请佩戴口罩。 这将有助于保护您免受感冒或其他呼吸道感染的影响。
- 请勿进行任何非紧急的牙科治疗或手术。 在进行任何手术之前，请咨询您的医疗保健提供者。
- 除非医疗保健提供者同意，否则请勿食用外面的食物。
- 请勿进食生肉、生鱼或生鸡蛋。 有关发生中性粒细胞减少时需要遵循的食品安全指引的更多信息，请阅读*癌症治疗期间的食品安全*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/food-safety-during-cancer-treatment)资源。
- 请勿共用叉子、勺子、杯子或您用来进食或饮水的任何其他物品。
- 未经您的医疗保健提供者批准，请勿进行美甲、修脚、用蜡除毛或纹身。

- 请勿剃头。 尽量避免剃除身体任何其他部位的毛发。 如果您必须刮胡子，请使用电动剃须刀。
- 接触任何动物后请洗手。
- 请勿触摸任何动物排泄物（如垃圾箱、鱼缸或宠物笼）。
- 请勿进行园艺工作、接触或处理泥土、干花或鲜花。
- 与您的医疗保健提供者讨论您可以接种的有助于预防感染的疫苗（如流感疫苗）。
- 请咨询您的医疗保健提供者您是否可以：
  - 使用卫生棉条。
  - 使用牙线。
  - 使用栓剂（一种可溶解的固体药物）。
  - 进行灌肠。
  - 进行性生活。

何时致电您的医疗保健提供者

如果您出现以下任何感染体征，请致电您的医疗保健提供者：

- 发热 ≥ 100.4°F (38 °C)。
- 颤抖性寒战。
- 未好转的恶心和呕吐。
- 面部潮红。
- 出汗。
- 咳嗽。
- 头晕或眩晕。
- 腹泻（稀便或水样便）。
- 便秘（排便比平时少）。
- 口腔溃疡。
- 头痛。

- 新发疼痛。
- 刺激/敏感。
- 排尿时疼痛或灼热。
- 感觉疲倦，尤其是当您还出现流感样症状（如发热、咽喉痛或寒战）时。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利